

**PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN
HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT
PADA SISWA KELAS IV SD N PAJANG IV
TAHUN AJARAN 2016/2017**



SKRIPSI

Oleh :

BELLA WAHYU INDRIAWATI

K4613034

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
Juni 2017**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Bella Wahyu Indriawati
NIM : K4613034
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **"PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT PADA SISWA KELAS IV SD N PAJANG IV TAHUN AJARAN 2016/2017"** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya

Surakarta, Mei 2017

Yang membuat pernyataan



Bella Wahyu Indriawati

**PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN
HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT
PADA SISWA KELAS IV SD N PAJANG IV
TAHUN AJARAN 2016/2017**

**Oleh :
BELLA WAHYU INDRIAWATI
K4613034**

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
Juni 2017**

PERSETUJUAN

Nama : Bella Wahyu Indriawati

Nim : K4613034

Judul Skripsi : **PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR
LOMPAT PADA SISWA KELAS IV SD N PAJANG IV
TAHUN AJARAN 2016/2017**

Skripsi ini telah disetujui dan dipertahankan di hadapan tim penguji skripsi
di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Surakarta, 31 Mei 2017

Persetujuan Pembimbing

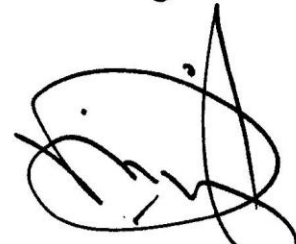
Pembimbing I



Djoko Nugroho, S. Pd., M. Or.

NIP. 1973030 520050 1 1001

Pembimbing II



Deddy Whinata Kardiyo, S.Pd., M.Pd.

NIP. 19760826 200212 1 002




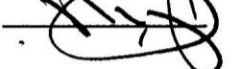
PENGESAHAN

Nama : Bella Wahyu Indriawati

Nim : K4613034

Judul Skripsi : **PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR
LOMPAT PADA SISWA KELAS IV SD N PAJANG IV
TAHUN AJARAN 2016/2017**

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta pada hari Kamis, tanggal 15 Juni 2017 dengan hasil LULUS dan revisi maksimal 2 bulan. Skripsi telah direvisi dan mendapat persetujuan dari Tim Penguji.

Nama Terang	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua : Drs. Sunardi, M.Kes.		19-6-2017
Sekretaris : Pomo Warih Adi, S.Pd, M.Or.		19-6-2017
Anggota I : Djoko Nugroho, S. Pd., M. Or		19-6-2017
Anggota II : Deddy Whinata K, S.Or., M.Pd		20-6-2017

Skripsi disahkan oleh Kepala Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 20-6-2017

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas Maret,

Prof. Dr. Joko Nurkamto, M.Pd.
NIP. 1961012-419870 2 1001

Kepala Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi,

Drs. Sunardi, M.Kes.
NIP 1958112 119900 3 1004

ABSTRAK

Bella Wahyu Indriawati. K4613034. **PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT PADA SISWA KELAS IV SD N PAJANG IV TAHUN AJARAN 2016/2017**, Skripsi. Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta, 2017.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan gerak dasar lompat melalui pendekatan bermain pada siswa Kelas IV SD N Pajang IV Surakarta Tahun Ajaran 2016/2017.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dua siklus, dengan tiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subyek penelitian ini adalah siswa Kelas IV SD N Pajang IV Tahun Ajaran 2016/2017 yang berjumlah 27 siswa terdiri dari 12 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan. Sumber data berasal dari guru, peserta didik, dan peneliti. Teknik pengumpulan data dengan observasi, penilaian dan dokumentasi. Validitas data menggunakan teknik triangulasi data. Analisis data menggunakan teknik deskriptif yang di dasarkan pada analisis kualitatif dengan prosentase.

Dari analisis yang diperoleh hasil dari kondisi awal siswa yang tuntas hanya 11 siswa atau 40,75%, di siklus pertama siswa yang tuntas menjadi 17 siswa atau 62,96%, dan di siklus kedua siswa yang tuntas menjadi 22 siswa atau 81,48%, sedangkan 5 siswa lainnya yang belum tuntas.

Simpulan dari penelitian ini adalah penerapan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar lompat pada siswa Kelas IV SD N Pajang IV Tahun Ajaran 2016/2017.

Kata kunci: Gerak dasar lompat, pendekatan bermain

ABSTRACT

Bella Wahyu Indriawati. K4613034. **IMPLEMENTATION OF PLAY APPROACH TO IMPROVE LEARNING RESULT OF BASIC JUMP MOTION IN GRADE 4th OF SD N PAJANG IV SURAKARTA ACADEMIC YEAR 2016/2017**, Thesis. Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education Sebelas Maret University Surakarta, 2017.

The purpose of this study is to improve the basic motion of jumping through the approach to play on 4 grade students SD N Pajang IV Surakarta academic year 2016/2017.

This research is classroom action research (CAR). This research was conducted in two cycle and every cycle consist of plan, implementation, observation and reflection. The subject of this research is student in grade 4 of SD N Pajang IV Surakarta that totaling 27 students, consist of 12 male students and 15 female students. Source of data derived from teachers, students and researcher. The validity of data use descriptive technique that based on qualitative analysis by percentage.

From the result of this research, the analysis obtained from initial condition of students who completed test only 11 students or 40,75%, in the first cycle students who completed to 17 students or 62,96%, and in the second cycle students who completed to 22 students or 81,48% then 5 other students have not completed.

The conclusion of this research is implementation of play approach can improve learning result of basic motion jump in 4 grade student of SD N Pajang IV Surakarta academic year 2016/2017.

Keyword : Basic motion jump, playing approach.

MOTTO

- ❖ Bersungguh-sungguhlah dalam mengerjakan sesuatu hal,
walaupun hasilnya mengecewakan jangan pernah menyerah,
YAKINLAH karena di setiap kejadian pasti ada hikmahnya (Penulis)
- ❖ Jadilah orang yang berguna dalam hal kebaikan (Penulis)
- ❖ Sesungguhnya sesudah kesulitan akan datang kemudahan,
maka kerjakanlah urusanmu dengan sungguh-sungguh
dan hanya kepada Allah kamu berharap (QS. Al-Insyirah: 6-8)
- ❖ Gantungkan cita-cita mu setinggi langit
Bermimpilah setinggi langit
Jika engkau jatuh, engkau akan jatuh diantara bintang-bintang (Soekarno)

PERSEMBAHAN

Karya ini ku persembahkan untuk :

❖ Bapak dan Ibu saya

“Terima kasih bapak ibu ku tercinta untuk do’a dan nasehat-nasehat mu yang tiada henti, perjuangan mu yang tiada akhir, selalu ada disaat aku terpuruk, selalu menyayangi ku setulus hati mu, aku akan melakukan hal terbaik untuk kalian, aku sayang kalian bapak ibu ku”

❖ Kakak-Kakak ku tercinta

“Terima kasih kakak-kakak ku tercinta Mas Eko, Mbak Lilis, Mbak Indah, Mas Gombing, Mbak Anik untuk segala dukungan, nasehat-nasehat yang tiada henti kau berikan, dan selalu cerewet kepada ku agar cepat menyelesaikan skripsi ini, tak lupa ku ucapkan banyak terima kasih untuk mbak Sefi Amalia Rahmawati, A.Md yang selalu mendukung ku dalam segala hal, membantu ku saat aku kesusahan dan selalu memberikan motivasi-motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi ini”

❖ Teman-teman ku Penjas’13

“Terima kasih teman-teman ku Penjaskesrek 2013 telah membantu menyelesaikan skripsi ini dan memberikan kenangan, cerita dan pengalaman di hidup ku”

❖ Almamater ku tercinta UNS

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena telah memberikan rahmat dan karunia-Nya berupa ilmu, inspirasi, kesehatan dan keselamatan. Atas kehendak-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT PADA SISWA KELAS IV SD N PAJANG IV TAHUN AJARAN 2016/2017”**.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Peneliti menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Joko Nurkamto, M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Drs. Sunardi, M.Kes. Kepala Program Studi Pendidikan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Djoko Nugroho, S. Pd., M. Or. selaku Pembimbing I, yang selalu memberikan motivasi dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Deddy Whinata Kardiyo, S.Or., M.Pd. selaku Pembimbing II, yang selalu memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Yuliana Theresia Sumarmi, M.Pd Kepala SD N Pajang IV Surakarta, yang telah memberi kesempatan dan tempat guna pengambilan data penelitian.
6. Bambang S, S.Pd selaku guru mata pelajaran Penjasorkes SD N Pajang IV Surakarta yang telah memberi bimbingan dan bantuan dalam penelitian.
7. Para siswa kelas IV SD N Pajang IV Surakarta yang telah berpartisipasi dalam pelaksanaan penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan hal ini antara lain karena keterbatasan peneliti. Meskipun demikian, peneliti berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan pengembangan ilmu.

Surakarta, Mei 2017

Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PENGAJUAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	xi
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	6
1. Pendidikan Jasmani	6
a. Pengertian Pendidikan Jasmani	6
b. Tujuan Pendidikan Jasmani	7
c. Fungsi Pendidikan Jasmani	7
2. Belajar-Mengajar	9
a. Pengertian Belajar	9
b. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Belajar	9
c. Pengertian Mengajar	10
d. Prinsip-prinsip Mengajar	11

e. Komponen-komponen Pembelajaran	12
3. Hasil Belajar	13
a. Pengertian Hasil Belajar	13
b. Tujuan Pendidikan Dan Hasil Belajar	14
4. Gerak Dasar	15
a. Pengertian Gerak Dasar	15
b. Jenis-jenis Gerak	16
c. Konsep Dasar Gerak	17
d. Tahap Perkembangan Gerak Dasar Anak	20
5. Lompat	21
a. Pengertian Lompat	21
b. Macam-macam Lompat	22
c. Dasar Gerak Lompat	22
d. Teknik Dasar Lompat	23
e. Pembelajaran Lompat Untuk Siswa SD	25
6. Bermain	26
a. Pengertian Bermain	26
b. Manfaat Bermain	27
c. Pendekatan Bermain	28
d. Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat	29
e. Kelebihan dan Kekurangan Pendekatan Bermain	35
B. Kerangka Berfikir	36
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Tempat Dan Waktu Penelitian	37
1. Tempat Penelitian	37
2. Waktu Penelitian	37
B. Subjek Penelitian	38
C. Variabel Penelitian	38
D. Data Dan Sumber Data	38
E. Pengumpulan Data	39

	Halaman
F. Uji Validitas Data	40
G. Analisa Data	40
H. Indikator Kinerja Penelitian	41
I. Prosedur Penelitian	42
1. Rancangan Siklus I	43
a. Tahap Perencanaan	43
b. Tahap Pelaksanaan (Tindakan)	43
c. Tahap Observasi	44
d. Tahap Refleksi	44
BAB IV HASIL TINDAKAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Pratindakan	45
B. Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus	47
1. Siklus 1 Pertemuan 1	47
2. Siklus 1 Pertemuan 2	52
3. Siklus 2 Pertemuan 1	57
4. Siklus 2 Pertemuan 2	62
C. Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus	68
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	
A. Kesimpulan	73
B. Implikasi	73
C. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN	77

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Tabel 3.1 Jadwal Penelitian Tindakan Kelas	38
2. Tabel 3.2 Teknik Pengumpulan Data Penelitian	39
3. Tabel 3.3 Prosentase Target Capaian	41
4. Tabel 4.1 Deskripsi Data Awal	46
5. Tabel 4.2 Deskripsi Data Siklus 1	56
6. Tabel 4.3 Deskripsi Data Siklus 2	67
7. Tabel 4.4 Hasil Perbandingan Data Awal, Siklus 1 Dan Siklus 2	68
8. Tabel 4.5 Hasil Perbandingan Prosentase Dan Jumlah Ketuntasan Siswa Data Awal, Siklus 1 Dan Siklus 2... ..	70
9. Tabel 4.6 Hasil Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar	71

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Gambar 2.1 Sikap Awalan Lompat	23
2. Gambar 2.2 Melayang Diudara	24
3. Gambar 2.3 Mendarat.....	24
4. Gambar 2.4 Permainan Menyebrangi Sungai	29
5. Gambar 2.5 Permainan Lompat Simpai	30
6. Gambar 2.6 Permainan Lompat Estafet	31
7. Gambar 2.7 Permainan Melompati Tali Karet	32
8. Gambar 2.8 Permainan Melompat Semakin Jauh	33
9. Gambar 2.9 Permainan Mencari Harta Karun	34
10. Gambar 2.10 Alur Kerangka Berfikir	36
11. Gambar 3.1 Alur Tahapan dalam Penelitian Tindakan Kelas	42
12. Gambar 4.1 Deskripsi Data Awal	46
13. Gambar 4.2 Deskripsi Data Siklus 1	57
14. Gambar 4.3 Deskripsi Data Siklus 2	67
15. Gambar 4.4 Hasil Perbandingan Data Awal, Siklus 1 Dan Siklus 2	69
16. Gambar 4.5 Histogram Perkembangan Hasil Belajar Siswa.....	71
17. Gambar 4.6 Hasil Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar.....	72

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Lampiran 1 Silabus Pembelajaran.....	78
2. Lampiran 2 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus 1	79
3. Lampiran 3 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus 2.....	101
4. Lampiran 4 Lembar Penilaian Data Awal.....	123
5. Lampiran 5 Lembar Penilaian Data Siklus 1	124
6. Lampiran 6 Lembar Penilaian Data Siklus 2	125
7. Lampiran 7 Lembar Observasi.....	126
8. Lampiran 8 Dokumentasi	129
9. Lampiran 9 Pengajuan Judul Skripsi	140
10. Lampiran 10 Validasi Proposal	141
11. Lampiran 11 Surat Izin Menyusun Skripsi	142
12. Lampiran 12 Surat Izin Penelitian Untuk Rektor	143
13. Lampiran 13 Surat Izin Penelitian Untuk Sekolah	144
14. Lampiran 14 Surat Izin Menyusun Skripsi Untuk Dekan	145
15. Lampiran 15 Surat Izin Penelitian Untuk Dekan	146
16. Lampiran 16 Surat Penelitian Dari Sekolah	147